

Rozcestník pomoci uprchlíkům z Ukrajiny

Rozcestník pomoci - <https://uapomocvkrizi.cz/kam-se-obratit>

INFOLINKY (ukrajinsky, česky)		
Ministerstvo vnitra ČR <i>Praktické pobytové informace</i>	974 801 802 (nonstop)	ukrajina@mvcz.cz
Ministerstvo zdravotnictví ČR <i>Zdravotnické informace</i>	1221, volba č. 8 denně 8:00 – 19:00 hod.	
Ukrajinská infolinka Charita ČR	731 432 431 PO, ST, PÁ 9:00 – 12:00 hod. 14:00 – 17:00 hod.	ukraina.info@charita.cz
Arcidiecézní charita Praha Tlumočení, informace	224 813 418 PO - ČT 8:00 – 17:00 hod. PÁ-NE 8:00 – 14:00 hod.	integrace@praha.charita.cz
Sdružení pro integraci a migraci	224 224 379	poradna@migrace.cz

PSYCHOLOGICKÁ POMOC zdarma		
Terapie.cz <i>(ukrajinsky, česky, rusky)</i>	osobně, online pro: - lidi v ČR, kteří mají známé na Ukrajině - Ukrajince/ky v ČR i mimo - dobrovolníky/ce	https://www.terapie.cz/hlavu-nad-vodou-ukrajina
Psychologická pomoc Ukrajině <i>(ukrajinsky, česky, rusky)</i>	osobně, online pro: - lidi na Ukrajině – 5 online zdarma - Ukrajince/ky v ČR	https://www.cpng.cz/l/psychologicka-pomoc-ukrajine/
Soulmio <i>(ukrajinsky, rusky, bělorusky)</i>	pro zaměstnance firem 2 sezení zdarma	https://soulmio.com/cs/psychologicka-pomoc-ukrajina/
NUDZ - psychiatrická a psychologická pomoc	283 088 139 (140, 244) pro lidi z Ukrajiny a příbuzné	https://www.nudz.cz/files/img/ukrajina-3.png
Terapeutická linka Sluchátko <i>(ukrajinsky, anglicky, česky)</i>	212 812 540 3 terapeutické hovory zdarma	https://www.linkasluchatko.cz/
Sociální klinika <i>(česky)</i>	3 online krizové konzultace i pro pomáhající profese	https://www.socialniklinika.cz/aktualne

KRIZOVÉ LINKY

(ukrajinsky, česky)

Nepanikař	Aplikace první psychologická pomoc	https://nepanikar.eu (chat, mail)
Krizová linka MUNI	771 234 434 PO – SO odpoledne	
Terapeutická linka Sluchátko zdarma	212 812 540 ČT 9:00 – 11:00 hod. ukrajinsky ST 9:00 – 18:00 hod. anglicky	https://www.linkasluchatko.cz